

# Chuletas de Cerdo a la barbacoa en Sartn

**Makes:** 4 porciones

Una pequeña cantidad de aceite es usada para dorar las chuletas de esta receta. Hervir a fuego lento en salsa barbacoa completa la preparacion que resulta en un rico plato principal.

## Ingredients

4 chuletas de lomo de cerdo  
**1/2 cup** salsa de barbacoa  
**2 tablespoons** jalea de jalapeño (opcional)  
**1 teaspoon** aceite de oliva

## Directions

1. Caliente el aceite en un sartén antiadherente recubierto a fuego medio alto. Dorar las chuletas, por aproximadamente 2 minutos de cada lado.
2. Agregue los ingredientes que quedan al sartén, y revuelva hasta que se mezclen. Cubra y ponga a hervir a fuego lento por 5 a 8 minutos hasta que la temperatura interna alcance 150 grados F.

## Nutrition Information

Key Nutrients	Amount	% Daily Value
<b>Total Calories</b>	<b>266</b>	
Total Fat	12 g	
Protein	23 g	
Carbohydrates	16 g	
Dietary Fiber	NA	
Saturated Fat	4 g	
Sodium	475 mg	